



Semana de 6 a 13 de abril de 2026



2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa de alface
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Filetes de pescada com arroz de brócolos ⁴
	Pré-Escolar	Salada de feijão-frade com bolinhos de bacalhau com arroz ^{1,3,4,7}
Sobremesa		Banana

3ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Esparguete com carne com cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa de abóbora e cenoura
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Coxinhas de frango estufadas com massa. Salada ^{1,12}
	Pré-Escolar	Coxinhas de frango estufadas com massa. Salada ^{1,12}
Sobremesa		Banana

4ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + peru
		Massinha com vitela picada e cenoura ¹
Sopa		Caldo verde/ Creme de legumes
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Meia desfeita ^{3,4}
	Pré-Escolar	Meia desfeita ^{3,4}
Sobremesa		Laranja

5ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Purê de batata com peru desfiado e cenoura
Sopa		Sopa de repolho
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Massa de vitela ervilhas e cenoura ¹
	Pré-Escolar	Massa à lavrador ^{1,12}
Sobremesa		Maçã

6ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + frango
		Farinha de pau com carne e cenoura ^{1,12}
Sopa		Sopa de feijão branco com lombarda
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Arroz de frango. Legumes
	Pré-Escolar	Entrecosto estufado com arroz branco e batata frita ¹²
Sobremesa		Tangerina

2ª-Feira

Berçário		Creme de legumes + coelho
		Arrozinho com carne com cenoura ^{1,12}
Sopa		Creme de cenoura
Prato Principal	Sala 1 e 2 anos	Massa de peru ao natural. Salada ¹
	Pré-Escolar	Espetadas grelhadas com massa. Salada ¹
Sobremesa		Pera

Por qualquer motivo esta ementa pode ser alterada. Em caso de necessitar de informações sobre alérgenos consulte a nossa cozinha

Observações

A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rijas; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de Sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfitos; 13-Tremoço; 14-Moluscos Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivos Nutricionista (3162N), Dr.ª Ana Sofia Rebelo

Santa Casa da Misericórdia do Peso da Régua
Plano de Ementas Semanal ERPI, SAD, CS, UCCI, LIJ



Edição n.º 3 de 20/10/2017

Semana de 6 a 13 de abril de 2026

	Prato	Almoço	Jantar
2ª Feira	Sopa	Sopa de alface	Creme de legumes
	Prato Geral	Salada de feijão-frade com bolinhos de bacalhau com arroz ^{1,3,4,7}	Jardineira de carnes ¹²
	Prato Ligeiro	Arroz de Bacalhau ao natural	Jardineira de carnes ao natural
	Sobremesa	Banana	Fruta da época
3ª Feira	Sopa	Sopa de abóbora e cenoura	Creme de legumes
	Prato Geral	Coxinhas de frango com cogumelos e massa ^{1,12}	Pescada estufada com arroz de cenoura ⁴
	Prato Ligeiro	Coxinhas de frango com cogumelos ao natural e massa	Pescada cozida com arroz de cenoura
	Sobremesa	Pera	Fruta da época
4ª Feira	Sopa	Caldo verde	Creme de legumes
	Prato Geral	Meia desfeita ^{3,4}	Frango estufado com massa ¹
	Prato Ligeiro	Meia desfeita	Massa de frango ao natural
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
5ª Feira	Sopa	Sopa de repolho	Creme de legumes
	Prato Geral	Massa à lavrador ^{1,12}	Abrótea no forno com batata assada. Legumes salteados ⁴
	Prato Ligeiro	Massa de vitela ao natural	Abrótea no forno com batata cozida. Legumes
	Sobremesa	Maçã	Fruta da época
6ª Feira	Sopa	Sopa de feijão branco com lombarda	Creme de legumes
	Prato Geral	Entrecosto estufado com arroz branco e batata frita ¹²	Redfish frito com massa de feijão ^{1,4}
	Prato Ligeiro	Arroz de frango ao natural	Massa de peru ao natural
	Sobremesa	Tangerina	Fruta da época
Sábado	Sopa	Sopa de espinafres	Creme de legumes
	Prato Geral	Lombinhos de pescada no forno com pimentos e batata assada ⁴	Strogonoff de frango com cogumelos e arroz de cenoura ^{1,6,7,10,12}
	Prato Ligeiro	Jardineira de Frango ao natural	Frango estufado ao natural com arroz de cenoura
	Sobremesa	Laranja	Fruta da época
Domingo	Sopa	Canja	Creme de legumes
	Prato Geral	Lombo de porco com batata assada e arroz ¹²	Jardineira de lulas ^{12,14}
	Prato Ligeiro	Frango cozido com arroz	Pescada cozida com batata cozida e macedónia
	Sobremesa	Doce ^{1,3,7}	Fruta da época
Segunda	Sopa	Creme de cenoura	Creme de legumes
	Prato Geral	Espetadas grelhadas com massa. Salada ¹	Douradinhos no forno com arroz de ervilhas. Salada ^{1,3,4}
	Prato Ligeiro	Massa de peru ao natural	Arroz de bacalhau ao natural
	Sobremesa	Pera	Fruta da época

Por qualquer motivo esta ementa pode ser alterada. Em caso de necessitar de informações sobre alérgenos consulte a nossa cozinha.

Observações, A sua refeição contém ou pode conter as seguintes substâncias ou produtos e seus derivados: 1-Cereais que contêm glúten; 2-Crustáceos; 3-Ovos; 4-Peixes; 5-Amendoins; 6-Soja; 7-Leite; 8-Frutos de casca rija; 9-Aipo; 10-Mostarda; 11-Sementes de Sésamo; 12-Dióxido de enxofre e sulfitos; 13-Tremoço; 14-Moluscos Para quem não é alérgico ou intolerante, estas substâncias ou produtos são completamente inofensivas.

Nutricionista (3162N), Dr.ª Ana Sofia Rebelo